



## **Erfahrungen mit dem Abschiednehmen**

Das grosse Interesse an den Veranstaltungen „Passion in Ins“ freut uns. Wir halten hier einige Erfahrungen fest, die wir in unserem Beruf und in der Begleitung von Trauernden über Jahre gemacht haben.

Wir kennen Menschen, die aus nachvollziehbaren Gründen anders entschieden haben oder entscheiden werden. Das respektieren wir.

Als Berufsleute sind wir aber verpflichtet, darauf hinzuweisen, welche Auswirkungen die individuellen Entscheidungen haben – für einzelne und für uns als ganze Gesellschaft.

## **Sich mit dem Tod auseinandersetzen ist langfristig heilsam**

- Der Tod ist Teil unseres Lebens; er fordert auf, innezuhalten, nachzudenken, darüber zu sprechen.
- Es braucht Mut, mit seinen Nächsten über den eigenen Tod zu reden. Wenn es gelingt, folgt meist eine grosse Erleichterung.
- Wenn das Gespräch nicht zustande kommt, so ist es doch besser, sie über seine Vorstellungen zu informieren als sich auszuschweigen.
- Es sind immer die Zurückbleibenden, die die Wünsche erfüllen und sie Verwandten, Bekannten und Nachbarn erklären müssen.
- Es ist für die Hinterbliebenen einfacher, wenn die Wünsche nicht ins Detail gehen. Niemand weiss im Voraus, wie die Situation am Tag des Abschieds sein wird.
- Ein Lebenslauf ist für die Hinterbliebenen ein kostbares Andenken; einfache Angaben können hilfreich sein.
- Es kann auch eine gute Erfahrung sein, etwas über sein Leben aufzuschreiben oder jemandem zu erzählen, der notiert.
- Die Angehörigen sind in den Tagen des Abschieds grossen Belastungen ausgesetzt. Es kann für sie im Moment oder später zu viel werden, wenn sie bei der Trauerfeier das Wort ergreifen oder selber Musik machen.
- Als Berufsleute sind wir gerne bereit, beratend zur Seite zu stehen. Es ist einfacher, die Dinge zu ordnen, wenn kein Zeitdruck besteht.
- Seine letzten Wünsche mit den Angehörigen absprechen, sorgfältig aufeinander hören, bringt Segen in Zeit und Ewigkeit.

## **Sich öffnen ist langfristig heilsam**

- Jedes Menschenleben ist ein einmaliges Gottesgeschenk, das eine Würdigung wert ist, unabhängig davon, wie viele Menschen an die Abschiedsfeier kommen.
- Nicht nur die Familie, auch Freundeskreis, Nachbarschaft und Mitarbeitende sind vom Tod betroffen; sie sollen Gelegenheit haben, Abschied zu nehmen.
- Kein Mensch kann wissen, wer dereinst um ihn trauert. Viele Menschen unterschätzen ihre Bedeutung für die Menschen, denen sie begegnet sind.
- Es ist für die Hinterbliebenen viel einfacher, einzuladen als auszuladen. Daher ist eine öffentliche Abdankung einfacher als eine ganz private.
- Mit seiner Trauer in die Öffentlichkeit zu treten, macht zuerst Angst, nachträglich weicht die Angst aber der Dankbarkeit, Anteilnahme zu erleben, getragen zu werden.
- Wer seine Mitmenschen in die Trauer und beim Abschiednehmen einschliesst, ermutigt sie, zu helfen, mitzutragen.



- *Jedes* Menschenleben hat auch Schattenseiten. Das haben wir alle gemeinsam. Darum ist die Bitte „Vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben unsern Schuldigern...“ so bedeutungsvoll.
- Sich öffnen bedeutet auch: nach dem Rückblick im Lebenslauf die Gedanken öffnen für die Botschaft des Evangeliums, sich öffnen der Hoffnung, dem Glauben, der Liebe, die grösser sind als alle tödlichen Mächte.
- Zusammen essen und trinken nach der Abdankung heisst: die Trauerfamilie ein Stück weit in den Alltag begleiten, sich mit ihnen wieder dem Leben zu zuwenden.
- Erstaunlicherweise ist die Abdankung dann am einfachsten, wenn man sich an die ortsüblichen Gewohnheiten hält. Sie geben Halt und Orientierung in einer Zeit grosser innerer Verunsicherung.

### **Ein klar definierter Ort der Trauer ist langfristig friedensstiftend**

- Zum Grab gehen, eine Kerze anzünden, es schmücken, hilft vielen Menschen, der Trauer Gestalt, Zeit und Raum zu geben.
- Der Friedhof ist ein Hof des Friedens. Wer hier einkehrt, hat für sich und seine Gefühle den Schutz des Ortes.
- Dieser Schutz fehlt, wenn die Asche verstreut wird oder die Urne ausserhalb des Friedhofes beigesetzt wird.
- Wer ein persönliches Grab auf dem Friedhof hat, darf es – im Rahmen der Friedhofordnung – nach eigenem Geschmack schmücken.
- Beim Gemeinschaftsgrab fällt die Pflege des Grabes weg, aber auch die Möglichkeit, es nach eigenem Geschmack zu pflegen.
- Der Friedhof ist der Ort des Abschieds, der Trauer, des Todes. Ausserhalb des Friedhofs soll der Raum des Lebens sein und bleiben.
- Wenn alle Menschen sich an ihrem Lieblingsplatz beisetzen lassen, dann verwandelt sich unsere Landschaft in eine grosse Gedenkstätte.

Pfr. Ueli Tobler, Pfrn. Sylvia Käser Hofer